

부모의 경제수준에 따른 자녀의 식습관과 식품기호도에 관한 연구 (I)*

- 서울·경기 (인천) 지역을 중심으로 -

정혜정^{1)§} · 엄윤호²⁾ · 김정윤³⁾

우송대학교 외식조리유학과,¹⁾ 우송대학교 경영대학원 외식조리학과,²⁾ 상명대학교 생활환경학부 외식영양학과³⁾

A Study on the Children's Eating Habits and Food Preference according to Their Parents' Economic Status (I)*

- Seoul & Gyeonggi (Incheon) Area -

Chung, Heajung^{1)§} · Eum, Yun-Ho²⁾ · Kim, Jung Yoon³⁾

The Culinary Arts Abroad Program,¹⁾ The Culinary Arts,²⁾ Woosong University, Daejeon 330-718, Korea
Department of Food Service Management & Nutrition,³⁾ Sangmyung University, Seoul 110-743, Korea

ABSTRACT

This research was carried out to investigate the food habit and preference of parents' social and economic level with 681 children (145 of Kindergarten, 300 of Children, 236 of Adolescents) in Seoul and Gyeonggi area using questionnaires. The parents' income level divided into 2 groups, less than 4 million won and equal or greater than 4 million won. Most of the middle years were over-weighting but kindergarten and adolescences had standard weights. The majority of parents had Bachelor degrees, most of father were office workers, majority of mothers of kindergarten with parents' income level less than 4 million won were professional women and mothers of the rest of the groups were mostly house wives. The middle years with parents income level less than 4 million won were skipping meals most frequently, but other groups didn't show much differences in their eating habits. All age groups showed that they like meats the most and dislike vegetables the worst. All age groups also showed that they mostly eat out 1-2 times a week and the next was 3-4 times a week. All age groups preferred ice creams, fruits, juices and snacks for their desserts. The middle years with parents' income equal or greater than 4 million won also showed high preference on strawberry and chocolate flavored milk, burgers and pizzas. The foods that preferred to eat when dining out were Chinese foods (Ja-jang-myeon and sweet and sour pork) for kindergarten group, Korean foods (kalbi and bulgogi) for the middle years with parents' income level less than 4 million won, family restaurant food (steak and rib) for the middle years with parents' income level equal or greater than 4 million won and Korean foods (kalbi and bulgogi) for the adolescences. The preferred cooking methods were roast (fish and sea weeds) for the kindergarten, roasted meat for the middle years, Kimchi and bean paste pot stew for the adolescences with parents' income level less than 4 million won and roasted meats for the adolescences with parents' income level equal or greater than 4 million won. The results showed that the adolescences with higher parental income level preferred meats. (Korean J Nutr 2008; 41(1): 77~88)

KEY WORDS : food habits, food preference, economic status, kindergarten, children, adolescence.

서 론

최근 우리나라는 급속한 경제 발달로 소득수준이 증가하

고 생활수준이 향상되어 식생활이 크게 변화되었다. 하지만 외국 식문화의 무분별한 수용으로 인하여 식생활 문화가 크게 변화되었고 여성들의 사회활동 참여가 활발해지면서 가사기능이 약화되어 가족이 한자리에 모여 식사할 수 있는 기회가 줄어들었다.¹⁾ 이러한 변화에 따라 유아들의 결식, 과식, 부적절한 간식 섭취와 편식 등의 불규칙한 식생활을 하게 되었고 이로 인하여 비만, 당뇨병과 같은 소아 성인병의 발생이 증가하는 등 유아기 영양문제가 대두되기 시작하였다. 한편으로 우리나라 어린이의 영양 상태는 경제수준

접수일 : 2008년 1월 3일

채택일 : 2008년 1월 18일

*This research was supported by grants From Korea Food & Drug Administration.

§To whom correspondence should be addressed.

E-mail : angie5150@hotmail.com

에 따라 영양부족과 영양과잉 양극화 현상까지 보이고 있다.²⁾ 또한 유아뿐만 아니라 학동기 아동에 대한 영양 상태에 대한 보고에서도 비슷한 사례를 들 수 있는데 물질의 풍요와 활동 부족으로 인한 과잉영양과 함께 영양섭취 불균형으로 인한 영양결핍이 양극화되고 있으며,³⁾ 어린이의 식습관 중 불규칙적인 식사, 결식, 편식이 문제시 되고 있다.⁴⁾ 그리고 우리나라 청소년들의 영양상태 및 식생활은 잦은 결식과 불규칙한 식사시간, 가공식품의 범람과 외식의 증가로 영양의 불균형, 아침결식, 열량위주의 간식, 저녁식사의 과다한 섭취 등 식행동에 문제가 되고 있다.⁵⁾ 이처럼 유아기부터 청소년기까지의 식습관과 식품기호도에 대한 연구는 이루어지고 있으나 부모의 경제수준에 따른 자녀의 식습관과 식품기호도에 관한 연구는 빈약한 실정이다.

본 연구에서는 부모의 사회·경제적 지위 중 경제수준에 따라 자녀의 식습관과 식품기호도에 차이가 있을 것으로 보고, 연령별 자녀의 식습관과 식품기호도 및 선호하는 조리법에 대하여 조사하여, 부모의 경제수준에 따라 유의적 차이가 있는지를 밝히고, 자녀를 위한 올바른 식습관 프로그램 형성과 균형 잡힌 영양섭취를 위한 조리법과 메뉴 개발의 기초 자료로 확립하고자 한다.

연구방법

조사대상

본 연구에서는 2007년 현재 서울과 경기 (인천) 지역에 거주하는 유아기 145명 (만 6세 이하), 학동기 300명 (만 7~12세) 및 청소년기 236명(만 13세 이상), 총 681명을 조사대상으로 하였다.

조사방법 및 조사도구

본 조사는 2007년 4~6월 사이에 서울과 경기 (인천) 지역을 중심으로 설문지 710부를 유치원생, 초등학교 및 중·고등학생에게 배포하였고, 이 중 회수된 설문지는 708부 있었다. 이중 설문지의 작성이 미비한 설문지를 제외한 681부만을 통계처리에 이용하였다. 유치원생과 초등학교 저학년(1~4년)의 경우 설문지 이해도 및 응답의 문제가 있을 것으로 판단하여 부모님이 응답하도록 하였고, 그 외 연령층은 본인이 직접 설문에 응답하도록 하였다.

본 조사도구로 사용된 설문지는 선행연구에서⁶⁾ 조사된 문항을 사용하였으며, 연구 결과를 기초로 설문지 문항을 본 연구 목적에 적합하도록 재구성한 후 설문지를 보완하고 수정하여 작성한 것으로 설문지의 내용은 다음과 같다.

조사 대상자의 일반사항에 관한 질문은 자녀의 일반적 사

항으로 자녀의 성별, 나이, 체중과 신장에 관한 것과 부모에 대한 일반적 사항으로 부모의 나이와 신장, 체중, 학력, 직업, 부부합산 월 소득에 관한 것으로 구성하였다. 자녀의 식사 실태 조사, 자녀 간식류 선호도에 관한 조사, 외식횟수에 관한 조사, 선호하는 외식 형태에 대한 조사, 조리법에 관한 조사로 가정 내 식사 시 선호하는 조리법, 외식을 포함하는 전반적인 조리법, 식품기호도에 관한 조사 등으로 총 110문항을 조사하였다. 이중 간식류 선호도와 외식 형태 선호도, 조리법 선호도 등은 9점 척도로 매우 좋아한다 9점, 좋아한다 7점, 보통이다 5점, 싫어한다 3점, 매우 싫어한다 1점으로 조사 되었다.

2007년 11월 4일 정부의 2007년 '경제운용방향' 발표에 따르면 상위 40%의 월평균 소득이 340만원인 그룹을 중산층으로 분류였다. 본 연구에서는 조사대상자들의 경제수준에 따른 차이를 분석하기 위해 설문 문항 중 '가정 내 한 달 수입' 항목의 통계 분포 사항을 평가한 후 중산층보다 조금 높은 기준으로 '400만원 미만'과 '400만원 이상' 두 군으로 분류한 후 가정 내 경제수준에 따라 조사대상자들의 간식, 외식 시 선택음식 및 음식 조리법에 대한 선호도를 평가하였다.

자료처리

수집된 자료는 통계처리 프로그램 SAS 9.1을 이용하였으며, 연령, 신장, 체중 및 BMI의 평균과 표준오차를 구하였다. 조사대상자의 경제적 수준 및 식습관에 관련된 사항은 빈도법을 이용하였으며, group 간의 유의성 검증은 χ^2 검증을 실시하였다. 그 외 간식의 선호도, 외식 시의 선호도 및 음식에 대한 선호도는 9점 척도로 하여 평균과 표준편차를 구하였고, group간의 유의성 검증은 Tukey's studentized range test를 실시하였다. 경제수준에 따른 두 집단의 유의성 검증은 students t-test를 이용하였다.

결 과

조사대상자의 일반사항

본 조사대상자의 평균연령은 Table 1에서 보는 바와 같이 유아기의 경우 400만원 미만은 4.6 ± 1.2 세, 400만원 이상은 4.9 ± 1.3 세이고, 학동기의 경우 400만원 미만은 12.2 ± 1.5 세, 400만원 이상은 11.6 ± 1.8 세였으며, 청소년기의 경우 400만원 미만은 15.0 ± 1.2 세, 400만원 이상은 14.9 ± 1.3 세이었다. 조사대상자들의 평균 신장은 유아기의 경우 400만원 미만은 110.2 ± 10.6 cm, 400만원 이상은 112.2 ± 9.9 cm이었고, 학동기의 경우 400만원 미만

Table 1. Age, height, weight and BMI (body mass index) of subjects

Category	Kindergarten		Children		Adolescences	
	< 400 ¹⁾ (n = 87)	≥ 400 (n = 58)	< 400 (n = 154)	≥ 400 (n = 146)	< 400 (n = 134)	≥ 400 (n = 102)
Age (years)	4.6 ± 1.2 ²⁾	4.9 ± 1.3	12.2 ± 1.5*	11.6 ± 1.8	15.0 ± 1.2	14.9 ± 1.3
Height (cm)	110.2 ± 10.6	112.2 ± 9.9	155.7 ± 13.0	155.0 ± 14.6	165.7 ± 8.3	166.7 ± 7.9
Weight (kg)	17.9 ± 3.3*	19.4 ± 3.7	44.9 ± 11.2	44.9 ± 12.8	53.4 ± 11.1	53.3 ± 8.1
BMI (kg/m ²)	15.1 ± 2.4	15.3 ± 2.3	18.5 ± 2.7	18.4 ± 3.1	19.3 ± 2.8	19.0 ± 2.2

1) Thousand won

2) Mean ± SD

*Significantly different between two groups at α = 0.05 level by student's t-test

은 155.7 ± 13.0 cm, 400만원 이상은 155.0 ± 14.6 cm 이며, 청소년기의 경우 400만원미만은 165.7 ± 8.3 cm, 400만원 이상은 166.7 ± 7.9 cm으로 나타났다. 평균체중은 유아기는 400만원 미만에서 17.9 ± 3.3 kg, 400만원 이상은 19.4 ± 3.7 kg이고, 학동기의 경우 400만원 미만에서 44.9 ± 11.2 kg, 400만원 이상에서는 44.9 ± 12.8 kg이며, 청소년기의 경우 400만원 미만에서 53.4 ± 11.1 kg, 400만원 이상에서 53.3 ± 8.1 kg이었다. BMI (Body Mass Index)는 유아기는 400만원 미만은 15.1 ± 2.4 kg/m², 400만원 이상은 15.3 ± 2.3 kg/m²이고, 학동기의 경우 400만원 미만은 18.5 ± 2.7 kg/m², 400만원 이상은 18.4 ± 3.1 kg/m²이었으며, 청소년기는 400만원미만은 19.3 ± 2.8 kg/m², 400만원 이상에서는 19.0 ± 2.2 kg/m²으로 학동기 두 집단은 과체중 대상이며, 유아기와 청소년기 집단은 정상 수준이었다. 각 연령별 자녀의 400만원 미만과 이상 집단을 t-test로 분석한 결과 신장과 BMI는 집단간 차이가 없었으나, 체중은 유아기 400만원 이상 집단이 미만 집단보다 체중이 유의적으로 높았다.

조사대상자 부모의 사회·경제수준

본 조사대상자 부모의 사회·경제수준에 관한 조사 결과는 Table 2에서 보는 바와 같이 아버지와 어머니의 학력은 모든 연령층에서 대졸이 가장 높았으며, 아버지의 직업은 전 연령층에서 사무직이 가장 높았고, 어머니의 직업은 유아기 400만원 미만을 제외 (전문직)하고 주부가 가장 높게 나타났다.

부부의 한 달 수입은 400만원 미만 집단에서는 300~400만원이 가장 많은 분포를 나타냈으며, 400만원이상 집단에서는 유아기를 제외 (400~500만원)한 연령층에서 500만원 이상이 가장 높게 나타났다.

식습관

본 조사대상자들의 식습관 조사 결과는 Table 3에서 보는 바와 같이 유아기의 식사 습관에 대한 400만원 미만에서는 거르지 않고 먹는다 74.71%로 가장 높았으며, 400

만원 이상에서는 거르지 않고 먹는다 74.14%로 나타났다. Kim⁷⁾의 미취학 아동을 대상으로 한 연구에 따르면 아침식사를 하는 아동은 61.3%로 나타났으며, Choi 등⁸⁾의 미취학 아동을 대상으로 한 연구에 따르면, 93.7%의 미취학 아동들이 아침을 먹고 유치원에 등원한다고 나타나 본 연구 결과와 수치상의 차이는 있지만 유사한 결과라 할 수 있다.

식사 시간의 규칙성에 대한 결과는 400만원 미만에서 보통이다 62.07%로 가장 높게 나타났으며, 400만원 이상에서도 보통이다 58.62%로 가장 높게 나타났다. 본 조사 결과를 통해 조사 대상의 50%정도가 불규칙적인 식사를 하고 있는 현실을 알 수 있으며, Kang⁹⁾의 초등학교생을 대상으로 한 연구에 따르면 하루 세끼 규칙적인 식사를 한다는 학생이 53.7%, 불규칙적으로 식사를 한다는 학생이 46.3%로 나타났다. 본 연구 결과와 유사한 것으로 나타났다. Yoo¹⁰⁾의 학령 전 아동을 대상으로 한 연구에 따르면 식사시간이 규칙적인 아동은 47.3%로 나타나 본 연구와 차이가 있음을 알 수 있다.

좋아하는 음식의 종류의 경우 400만원 미만은 고기류 63.53%로 가장 높았으며, 400만원 이상에서도 고기류 43.10%로 가장 높게 조사되었다. Ji¹¹⁾의 유아를 대상으로 한 연구에 따르면 선호하는 음식은 취업모 가정에서 육류 38.3%, 과일·채소류 20.0%, 전업모 가정에서 육류 43.3%, 과일·채소류 13.3%로 나타났으며, 본 연구 결과와 같이 육류를 가장 선호하는 것으로 일치하였다.

싫어하는 음식의 종류에서 400만원 미만은 야채류 68.75%의 가장 높은 수치를 나타냈으며, 400만원 이상에서도 야채류 59.62%로 가장 높게 조사되었다. Ji¹¹⁾의 유아를 대상으로 한 연구에 따르면 기피하는 음식은 과일·채소류 6.7%로 나타나 본 연구의 기피하는 음식인 야채류와 상반된 결과를 나타내고 있다.

간식의 횟수에 대한 결과는 400만원 미만에서 하루 1~2회 79.31%로 가장 높은 빈도를 나타냈으며, 400만원 이상에서도 하루 1~2회 77.59%로 가장 높게 조사되었다. Yoo¹⁰⁾의 학령 전 아동을 대상으로 한 연구에 따르면 하루

Table 2. General characteristic of subjects

Category	n (%)								
	Kindergarten			Children			Adolescences		
	< 400 ¹⁾ (n = 87)	≥ 400 (n = 58)	χ^2	< 400 (n = 154)	≥ 400 (n = 146)	χ^2	< 400 (n = 134)	≥ 400 (n = 102)	χ^2
Father's education									
Middle less	0 (0)	0 (0)	007.7*	0 (0)	0 (0)	013.9**	4 (3.1)	1 (1.0)	019.1***
Middle school	0 (0)	0 (0)		1 (0.7)	0 (0)		5 (3.9)	0 (0)	
High school	10 (12.3)	4 (6.9)		27 (19.0)	8 (5.6)		36 (28.1)	12 (12.1)	
University	59 (72.8)	34 (58.6)		91 (64.1)	100 (70.4)		65 (50.8)	56 (56.6)	
Graduate school	12 (14.8)	20 (34.5)		23 (16.2)	34 (23.9)		18 (14.1)	30 (30.3)	
Mother's education									
Middle less	0 (0)	0 (0)	011.6**	1 (0.7)	0 (0)	020.6***	3 (2.4)	0 (0)	015.1**
Middle school	0 (0)	0 (0)		3 (2.1)	0 (0)		4 (3.2)	1 (1.0)	
High school	19 (23.7)	5 (8.6)		48 (33.6)	20 (14.0)		61 (48.4)	28 (29.2)	
University	59 (73.7)	44 (75.9)		84 (58.7)	111 (77.6)		53 (42.1)	57 (59.4)	
Graduate school	2 (2.5)	9 (15.5)		7 (4.9)	12 (8.4)		5 (4.0)	10 (10.4)	
Father's job									
Manufacturing workers laborers	1 (1.1)	0 (0)	009.0	8 (5.3)	0 (0)	019.91**	13 (10.0)	2 (2.0)	011.7
Service	3 (3.6)	0 (0)		8 (5.3)	1 (0.7)		8 (6.1)	3 (3.0)	
Selling	5 (5.9)	2 (3.4)		9 (5.9)	13 (8.9)		12 (9.2)	4 (4.0)	
Business	36 (42.9)	21 (36.2)		79 (52.0)	73 (50.0)		60 (46.1)	52 (51.5)	
Administration	5 (5.9)	5 (8.6)		7 (4.6)	18 (12.3)		3 (2.3)	4 (4.0)	
Professional	13 (15.5)	19 (32.8)		18 (11.8)	22 (15.1)		6 (4.6)	6 (5.9)	
Others	21 (25.0)	11 (19.0)		23 (15.1)	19 (13.0)		28 (21.5)	30 (29.7)	
Mother's job									
Manufacturing workers laborers	0 (0)	0 (0)	012.8*	2 (1.3)	0 (0)	012.1	7 (5.3)	1 (1.0)	014.0
Service	1 (1.2)	3 (5.2)		3 (2.0)	7 (4.8)		8 (6.0)	4 (4.0)	
Selling	0 (0)	1 (1.7)		7 (4.6)	8 (5.5)		12 (9.0)	3 (3.0)	
Business	4 (4.7)	4 (6.9)		12 (7.9)	9 (6.2)		10 (7.5)	10 (9.9)	
Administration	1 (1.2)	1 (1.7)		1 (0.7)	2 (1.4)		0 (0)	2 (2.0)	
Professional	40 (47.1)	12 (20.7)		35 (23.2)	17 (11.6)		9 (6.8)	12 (11.9)	
Housewife	37 (43.5)	36 (26.1)		86 (56.9)	94 (64.4)		81 (60.9)	59 (58.4)	
Others	2 (2.3)	1 (1.7)		5 (3.3)	9 (6.2)		6 (4.5)	10 (9.9)	
Monthly income (10,000 won)									
≤ 200	7 (7.7)	0 (0)	130.0***	9 (7.9)	0 (0)	260.0***	15 (13.3)	0 (0)	215.0**
200-300	23 (31.9)	0 (0)		34 (29.8)	0 (0)		48 (42.5)	0 (0)	
300-400	42 (58.3)	0 (0)		71 (62.3)	0 (0)		50 (44.2)	0 (0)	
400-500	0 (0)	33 (56.9)		0 (0)	39 (26.7)		0 (0)	38 (37.2)	
≥ 500	0 (0)	25 (43.1)		0 (0)	107 (73.3)		0 (0)	64 (62.7)	

1) Thousand won

*: p<0.05, **: p<0.01, ***: p<0.001

간식 섭취 횟수는 1회 45.4%, 2회 47.5%가 거의 반반을 차지하고 있어 아동이 하루에 주로 1~2회 간식을 먹는 것을 알 수 있으며, Yang¹²⁾의 미취학 아동을 대상으로 한 연구에 따르면 평일 간식 횟수가 1일 1~2회 76.6%, 주말 간식 횟수는 1일 1~2회 64.9% 나타났다. 또한 Jung¹³⁾의 유치원생을 대상으로 한 연구에서 간식을 섭취하는 횟수는 하루 1~2회가 86.6%로 가장 많았고, 3~4회가 12.4%였다. 이것은 본 연구와는 비율의 차이가 있으나 가장 높은

간식 횟수는 1일 1~2회로 일치 하였다.

편식 정도를 보면 400만원 미만은 보통이다 39.08%로 가장 높았으며, 조금한다 34.48%, 많이한다 13.79% 순으로 나타났다. 400만원 이상에서는 보통이다 36.21%로 가장 높게 조사 되었으며, 조금한다 27.59%, 많이한다 25.86% 순으로 나타났다. 본 연구의 편식한다는 대답은 조금한다와 많이 한다, 매우 많이 한다를 합산하여 산출하면, 400만원 미만은 51.72%, 400만원 이상은 55.17%

Table 3. The eating habits of children

Category	n (%)								
	Kindergarten			Children			Adolescences		
	< 400 ¹⁾ (n = 87)	≥ 400 (n = 58)	χ ²	< 400 (n = 154)	≥ 400 (n = 146)	χ ²	< 400 (n = 134)	≥ 400 (n = 102)	χ ²
Eating habits									
Always eat	65 (74.7)	43 (74.1)	0.9	76 (49.6)	90 (62.0)	08.4*	56 (41.7)	47 (46.0)	1.3
Sometimes filters	21 (24.1)	13 (22.4)		62 (40.5)	51 (35.1)		66 (49.2)	43 (42.1)	
Frequent filters	1 (1.1)	2 (3.4)		15 (9.8)	4 (2.7)		12 (8.9)	12 (11.7)	
Break the rules									
Very regular	29 (33.3)	22 (37.9)	0.4	31 (20.2)	49 (34.0)	07.6*	14 (10.5)	22 (22.0)	5.7
Normal	54 (62.0)	34 (58.6)		93 (60.7)	76 (52.7)		87 (65.4)	57 (57.0)	
Desultory	4 (4.6)	2 (3.4)		29 (18.9)	19 (13.1)		32 (24.0)	21 (21.0)	
Favorite food									
Meat	54 (63.5)	25 (43.1)	8.9	94 (61.8)	88 (61.1)	6.1	70 (52.2)	61 (59.8)	5.7
Vegetable	6 (7.0)	5 (8.6)		5 (3.2)	4 (2.7)		8 (5.9)	1 (0.9)	
Fruit	13 (15.2)	11 (18.9)		41 (26.9)	30 (20.8)		38 (28.3)	25 (24.5)	
Fish	10 (11.7)	10 (17.2)		5 (3.2)	14 (9.7)		9 (6.7)	10 (9.8)	
Grain & Starch	2 (2.3)	7 (12.0)		7 (4.6)	8 (5.5)		9 (6.7)	5 (4.9)	
Hate food									
Meat	7 (8.7)	4 (7.6)	5.9	3 (2.1)	4 (2.9)	3.3	6 (4.6)	7 (8.2)	2.9
Vegetable	55 (68.7)	31 (59.6)		67 (48.9)	73 (54.4)		58 (45.3)	30 (35.2)	
Fruit	5 (6.2)	1 (1.9)		5 (3.6)	4 (2.9)		3 (2.3)	3 (3.5)	
Fish	4 (5.0)	8 (15.3)		29 (21.1)	35 (26.1)		41 (32.0)	29 (34.1)	
Grain & Starch	9 (11.2)	8 (15.3)		33 (24.0)	18 (13.4)		20 (15.6)	16 (18.8)	
Snacks count									
Almost don't eat	2 (2.3)	1 (1.7)	3.1	21 (14.0)	18 (12.5)	3.3	32 (23.8)	28 (27.7)	2.1
1-2 times/day	69 (79.3)	45 (77.5)		107 (71.3)	112 (77.7)		80 (59.7)	63 (62.3)	
3-4 times/day	16 (18.3)	10 (17.2)		18 (12.0)	9 (6.2)		13 (9.7)	6 (5.9)	
5-6 times/day	0 (0)	2 (3.4)		4 (2.6)	5 (3.4)		9 (6.7)	4 (3.9)	
Unbalanced diet degree									
Very much	3 (3.4)	1 (1.7)	3.7	8 (5.2)	4 (2.8)	0.4	5 (3.7)	4 (3.9)	20.4***
Much	12 (13.7)	15 (25.8)		24 (15.6)	22 (15.3)		21 (15.6)	11 (10.7)	
Normal	34 (39.0)	21 (36.2)		42 (27.4)	48 (33.5)		48 (35.8)	16 (15.6)	
Little	30 (34.4)	16 (27.5)		58 (37.9)	53 (37.0)		50 (37.3)	48 (47.0)	
Never do not	8 (9.2)	5 (8.6)		21 (13.7)	16 (11.1)		10 (7.4)	23 (22.5)	
Favorite recipes									
Panboiled foods	33 (39.2)	16 (28.0)	14.3*	52 (36.1)	36 (25.5)	9.4	43 (33.3)	30 (29.7)	6.5
Seasonal vegetable	9 (10.7)	2 (3.5)		14 (9.7)	6 (4.2)		17 (13.1)	10 (9.9)	
Fried foods	19 (22.6)	6 (10.5)		25 (17.3)	34 (24.1)		15 (11.6)	19 (18.8)	
Steamed foods	3 (3.5)	4 (7.0)		13 (9.0)	14 (9.9)		15 (11.6)	5 (4.9)	
Fresh vegetable	2 (2.3)	3 (5.2)		7 (4.8)	6 (46.1)		4 (3.1)	5 (4.9)	
Roasted foods	18 (21.4)	26 (45.6)		33 (22.9)	45 (31.9)		35 (27.1)	32 (31.6)	
Number of restaurants									
≤ 1 times/week	37 (59.4)	29 (50.8)	6.0	88 (58.2)	56 (40.2)	11.7**	76 (58.4)	51 (51.0)	3.55
2-3 times/week	31 (39.2)	22 (38.6)		56 (37.0)	72 (51.8)		51 (39.2)	42 (42.0)	
4-5 times/week	1 (1.2)	6 (10.5)		7 (4.6)	8 (5.7)		2 (1.5)	5 (5.0)	
≥ 6 times/week	0 (0)	0 (0)		0 (0)	3 (2.1)		1 (0.7)	2 (2.0)	

1) Thousand won

*: p<0.05, **: p<0.01, ***: p<0.001

로 나타났다. Park¹⁴⁾의 미취학 아동을 대상으로 한 연구에서 편식을 한다고 대답한 아동은 전체의 60.3%로 상당히 많았으며, 본 연구와 비슷한 경향을 나타내었다.

좋아하는 조리법에 대하여 400만원 미만은 볶음류 39.29%로 가장 높았으며, 다음으로 튀김류, 구이류, 무침류 순으로 나타났다. 400만원 이상은 구이류 45.61%로 가장 높게 나타났으며, 볶음류, 튀김류 순으로 조사되었다. 조리법에 대하여 두 집단은 유의한 차이를 나타내었다 ($p < 0.05$).

외식횟수는 400만원 미만에서 주 1번 미만 59.49% 가장 높았으며, 주 2~3회 39.24%를 나타내었다. 400만원 이상은 주 1번 미만 50.88%로 가장 높게 조사되었고, 주 2~3회 38.60%, 주 4~5회 10.53% 순으로 나타났다. Yang¹²⁾의 미취학 아동을 대상으로 한 연구에 따르면 직업이 없는 어머니 그룹은 주 3~4회가 73.7%, 직업이 있는 어머니 그룹은 주 3~4회가 70.4%로 나타났다. Jean⁹⁾의 유아를 대상으로 한 연구에 따르면, 외식 빈도는 일주일에 1번이 가장 많았는데 취업모의 경우는 45.9%, 비 취업모의 경우는 45.2%로 거의 차이를 보이지 않았다. 또한 Jung¹³⁾의 연구에 따르면 외식의 빈도는 주 1~2회가 68.4%로 가장 많아 본 연구와 유사하게 나타났다.

학동기의 식사 습관에 대한 400만원 미만은 거르지 않고 먹는다 49.67%로 가장 높았으며, 다음으로 가끔 끼니를 거른다 40.52%로 조사되었다. 400만원 이상에서는 거르지 않고 먹는다 62.07%, 가끔 끼니를 거른다 35.17%의 순으로 나타났다. 식사 시간의 규칙성에 대하여 두 집단은 유의한 차이가 나타났다 ($p < 0.05$). Kang⁹⁾의 초등학교를 대상으로 한 연구에 따르면 하루 세끼 규칙적인 식사를 한다는 학생이 53.7%, 불규칙적으로 식사를 한다는 학생이 46.3%로 나타났다. 이 결과를 통해 조사 대상의 50% 정도가 불규칙적인 식사를 하고 있는 현실을 알 수 있으며, 본 연구의 결과와 유사한 것으로 나타났다.

식사 시간의 규칙성에 대한 결과는 400만원 미만에서 보통이다 60.78%로 가장 높게 나타났으며, 매우 규칙적이다 20.26%로 조사되었다. 400만원 이상에서도 보통이다 52.78%로 가장 높았고, 매우 규칙적이다 34.03%로 나타났다.

좋아하는 음식의 종류의 경우 400만원 미만은 고기류 61.84%로 가장 높았으며, 과일류 26.97%, 곡류 및 전분류 순으로 나타났다. 400만원 이상에서 고기류 61.11%로 가장 높게 조사되었고, 과일류, 생선류 순으로 나타났다.

싫어하는 음식의 종류에서 400만원 미만은 야채류 48.91%의 가장 높은 수치를 나타냈으며, 다음으로 곡류 및 전분류, 생선류 순으로 조사되었다. 400만원 이상에서도 야채

류 54.48%로 가장 높게 조사되었고, 생선류, 곡류 및 전분류 순으로 나타났다.

간식의 횟수에 대한 결과는 400만원미만에서 하루 1~2회 71.33%로 가장 높은 빈도를 나타냈으며, 거의 먹지 않는다, 하루 3~4회 순으로 나타났다. 400만원 이상에서는 하루 1~2회 77.78%로 가장 높게 조사되었고, 다음으로 거의 먹지 않는다, 하루 3~4회 순으로 나타났다. Kang⁹⁾의 연구에 따르면 간식을 섭취하는 횟수는 하루에 1~2회 이상이 30.7%로 가장 많았다. 본 연구 결과는 강의 결과 보다 두 배 이상 높은 수치를 나타내었다. 간식의 잦은 섭취 횟수와 과잉 섭취는 세끼 식사에 영향을 주어 영양적으로 균형 잡힌 식품의 섭취 기회를 감소시키는 원인으로 작용하므로 적당량 섭취하는 것이 중요하다.

학동기의 편식 정도를 보면 400만원 미만은 조금한다 37.91%로 가장 높았으며, 보통이다 27.45%, 많이 한다 15.69%, 전혀 하지 않는다 13.73% 순으로 나타났다. 400만원 이상에서도 조금한다 37.06%로 가장 높게 조사되었으며, 보통이다 33.57% 많이한다 15.38%, 전혀 하지 않는다 11.19% 순으로 나타났다. Kang⁹⁾의 연구에 따르면 편식 정도를 보통이라는 학생이 56.0%로 가장 많았고, 편식이 심하다는 학생이 24.3%였으며, 편식이 심하다는 학생은 19.1%에 불과하였다. 이 결과는 편식 정도에 대하여 비율상의 차이가 있지만 편식 정도에 대한 순위는 일치하였다.

학동기의 좋아하는 조리법에 대하여 400만원 미만은 볶음류 36.11%로 가장 높았으며, 다음으로 구이류 22.92%, 튀김류 17.36%, 무침류 순으로 나타났다. 400만원 이상은 구이류 31.91%로 가장 높게 나타났으며, 볶음류 25.53%, 튀김류 24.11% 순으로 조사되었다.

학동기의 외식횟수는 400만원 미만에서 주 1번 미만 58.28% 가장 높았으며, 주 2~3번 37.09%를 나타내었다. 400만원 이상은 주 2~3번 51.80%로 가장 높게 조사되었고, 주 1번 미만 40.29% 순으로 나타났다. 외식횟수에 대하여 두 집단은 유의한 차이를 나타내었다 ($p < 0.01$). Kang⁹⁾의 연구에서 외식을 주로 한다가 42.2%, 일주일에 2회 29.4%로 나타나서 전체의 71.6%가 자주 외식을 하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 본 연구의 결과와는 차이가 있는 것으로 나타났다.

청소년의 식사 습관에 대한 400만원 미만은 가끔 끼니를 거른다 49.25% 가장 높았으며, 거르지 않고 먹는다 41.79%로 다음 순으로 조사되었다. 400만원 이상에서는 거르지 않고 먹는다 46.08%, 가끔 끼니를 거른다 42.16%의 순으로 나타났다.

식사 시간의 규칙성에 대한 결과는 400만원 미만에서 보

통이다 65.41%로 가장 높게 나타났으며, 규칙적이지 않다 24.06%로 조사되었다. 400만원 이상에서도 보통이다 57.00%로 가장 높았고, 매우 규칙적이다 22.00%, 규칙적이지 않다 21.00%의 순으로 나타났다. Cho¹⁵⁾의 중학생을 대상으로 한 연구에 따르면, 식사 시간의 규칙성은 가끔씩 불규칙적이다가 36.2%, 불규칙적이다 35.6%, 규칙적이다가 28.2%로 나타났다. 규칙적이지 못한 학생이 반수 이상으로 나타나 본 연구 결과와는 반대의 결과를 보이고 있으며, Jo¹⁶⁾의 중학생을 대상으로 한 연구에 따르면, 가끔 규칙적이다가 50.3%로 가장 많았으며, 규칙적이다가 32.4%, 규칙적이지 못하다가 17.3%로 나타나 본 연구와 비슷한 양상을 보였다.

좋아하는 음식의 종류의 경우 400만원 미만은 고기류 52.24%로 가장 높았으며, 과일류 28.36%, 곡류 및 전분류 순으로 나타났다. 400만원 이상에서 고기류 59.80%로 가장 높게 조사되었고, 과일류 24.51%, 생선류 순으로 나타났다.

싫어하는 음식의 종류에서 400만원 미만은 야채류 45.31%의 가장 높은 수치를 나타냈으며, 다음으로 생선류, 곡류 및 전분류 순으로 조사되었다. 400만원 이상에서 야채류 35.29%로 가장 높게 조사되었고, 생선류 34.12%, 곡류 및 전분류 18.82% 순으로 나타났다.

간식의 횟수에 대한 결과는 400만원 미만에서 하루 1~2회 59.70%로 가장 높은 빈도를 나타냈으며, 거의 먹지 않는다 23.88%, 하루 3~4회 순으로 나타났다. 400만원 이상에서는 하루 1~2회 62.38%로 가장 높게 조사되었고, 다음으로 거의 먹지 않는다 27.72%, 하루 3~4회 순으로 나타났다. Cho¹⁵⁾의 연구에서 간식의 횟수는 하루에 한번이라고 응답한 학생이 69.5%고 가장 많았고, 하루 두 번이 20.3%, 하루 세 번 이상이 10.2% 순으로 나타났다. 본 연구와 비율의 차이는 있으나 섭취 횟수에 대한 순위는 같은 양상을 보이고 있다.

청소년의 편식 정도를 보면 400만원 미만은 조금한다 37.31%로 가장 높았으며, 보통이다 35.82%, 많이 한다 15.67% 순으로 나타났다. 400만원 이상에서도 조금한다 47.06%로 가장 높게 나타났으며, 전혀 하지 않는다 22.55%, 보통이다 15.69%, 많이 한다 10.78% 순으로 나타났다. 편식 정도에 대하여 두 그룹은 유의한 차이를 나타내었다 ($p < 0.001$). Cho¹⁵⁾의 연구에서 편식하는 학생이 50.3%, 그렇지 않은 학생이 49.7%로 나타나 반수의 학생이 편식을 하고 있다고 나타나 본 연구 결과와 일치하는 것으로 편식에 대한 교정이 반드시 필요하며 올바른 식습관형성을 위한 영양교육이 시급하다.

좋아하는 조리법에 대하여 400만원 미만은 볶음류 33.33%

로 가장 높았으며, 다음으로 구이류 27.13%, 무침류, 튀김류 순으로 나타났다. 400만원 이상은 구이류 31.68%로 가장 높게 나타났으며, 볶음류 29.70%, 튀김류 18.81% 순으로 조사되었다.

외식횟수는 400만원 미만에서 주 1번 미만 58.46%가 가장 높았으며, 주 2~3번 39.23%를 나타내었다. 400만원 이상은 주 1번미만 51.00%로 가장 높게 조사되었고, 주 2~3번 42.00% 순으로 나타났다.

간식 선호도

본 조사대상자들의 간식 선호도 조사 결과는 Table 4에서 보는 바와 같이 유아기의 경우 400만원 미만은 빙과류(아이스크림)를 7.51로 가장 선호하는 것으로 나타났으며, 다음으로 과일 및 주스류 7.24와 과자류 7.14의 순으로 선호하였다. 400만원 이상은 빙과류 7.68을 가장 선호하는 것으로 조사 되었고, 과자류 7.34, 과일 및 주스류 7.28, 면류 (라면, 자장면) 7.03, 사탕 & 초콜릿 순으로 선호도가 나타났다. Yoo¹⁰⁾의 연구에 따르면, 아동이 좋아하는 음식은 우유 및 유제품 79.4%, 단 음식 78.1%, 신선한 과일 75.0%, 탄산음료 63.4%, 가공식품 56.5% 순이었으며, 채소를 좋아한다는 아동은 단지 21.8%에 불과하여, 본 연구 결과에서 단 음식이라 할 수 있는 빙과류와 사탕 & 초콜릿을 좋아하는 것과 야채샐러드를 가장 싫어하는 결과가 비슷한 양상으로 나타났다. Lee¹⁷⁾의 유아(4~6세)를 대상으로 하는 연구에 따르면 과일류, 우유, 빙과류에 대한 기호도가 높은 것으로 나타나 본 연구와 비슷한 경향을 나타내었다.

학동기의 경우 400만원 미만은 과일 및 주스류 7.49로 가장 선호하며, 빙과류(아이스크림), 면류(라면, 자장면), 우유(딸기맛, 초코맛), 떡볶이 & 오뎅류 순으로 선호하는 것으로 분석되었다. 400만원 이상은 빙과류는 7.52로 가장 선호하며, 우유(딸기맛, 초코맛), 면류(라면, 자장면) 순으로 선호도가 나타났다. 간식 선호도 결과 두 집단에 유의한 차이가 있는 간식으로 햄버거 & 피자에 대하여 400만원 미만은 6.78, 400만원 이상은 7.21로 나타났으며, 토마토에 대하여 400만원 미만은 6.05, 400만원 이상은 5.26으로 분석되어 400만원 이상에서는 햄버거 & 피자를 400만원 미만에서는 토마토를 더 선호하는 것으로 분석되었다 ($p < 0.05$). Kang⁹⁾의 연구에 따르면 섭취하는 간식의 종류는 과자류가 25.7%로 가장 많았고, 라면, 떡볶이 18.8%, 빵류 12.8%, 음료수 12.4%, 우유 및 요구르트 11.9%, 과일류 7.8%, 패스트푸드 6.4%, 떡볶이가 4.1% 순으로 나타나 수치상의 차이는 있으나 좋아하는 간식류는 비슷한 경향을 나타내었다.

청소년기의 경우 400만원 미만은 과일 및 주스류 7.60으로 가장 선호하며, 다음으로 빙과류 (아이스크림), 빵류 (빵, 케익), 면류 (라면, 자장면), 떡볶이 & 오뎅류, 튀김류 (닭튀김) 순으로 좋아하는 것으로 분석되었다. 400만원 이

상에서는 과일 및 주스류 7.32를 가장 선호하고, 빙과류, 우유 (딸기맛, 초코맛), 떡볶이 & 오뎅류, 튀김류 (닭튀김), 빵류 (빵, 케익), 면류 (라면, 자장면), 햄버거 & 피자, 떡류 (꿀떡), 과자류 순으로 분석되었다. 부모의 경제수준에 따

Table 4. The preference for snack of children

Category	Kindergarten			Children			Adolescences		
	< 400 ¹⁾ (n = 87)	≥ 400 (n = 58)	†	< 400 (n = 154)	≥ 400 (n = 146)	†	< 400 (n = 134)	≥ 400 (n = 102)	†
Bread (bread, cake)	6.78 ± 1.47 ²⁾	6.84 ± 1.51	0.25	6.95 ± 1.65	6.71 ± 1.77	-1.24	7.07 ± 1.69	6.71 ± 2.00	-1.50
Cookies	7.14 ± 1.41	7.34 ± 1.46	0.85	6.45 ± 1.74	6.34 ± 1.79	-0.55	6.54 ± 1.65	6.31 ± 1.91	-0.96
Fruit & Juice	7.24 ± 1.55	7.28 ± 1.40	0.14	7.49 ± 1.46	7.23 ± 1.78	-1.39	7.60 ± 1.50	7.32 ± 1.79	-1.34
Noodles (ramen, jajangmen)	6.94 ± 1.46	7.03 ± 1.43	0.37	7.19 ± 1.70	7.28 ± 1.64	0.45	7.02 ± 1.82	6.54 ± 2.05	-1.91
Fried (chicken)	6.67 ± 1.62	6.57 ± 1.81	-0.34	6.60 ± 1.97	6.97 ± 1.99	1.58	6.90 ± 1.96	6.72 ± 2.11	-0.68
Tteokbokyi, oden	6.10 ± 1.45	5.86 ± 1.71	-0.91	7.01 ± 1.63	6.88 ± 1.85	-0.64	7.01 ± 1.74	6.74 ± 2.16	-1.07
Candy, chocolate	6.89 ± 1.69	6.91 ± 1.83	0.10	6.41 ± 2.05	6.23 ± 2.09	-0.73	6.31 ± 1.98	5.84 ± 2.28	-1.69
Root (sweet potato, potato)	5.93 ± 1.89	6.12 ± 1.71	0.61	6.48 ± 1.97	6.08 ± 2.08	-1.69	6.57 ± 1.92	6.16 ± 2.23	-1.53
Hamburgers, pizza	6.17 ± 2.19	6.24 ± 2.19	0.19	6.78 ± 1.98*	7.21 ± 1.76	2.00	6.83 ± 1.88	6.51 ± 2.14	-1.19
Soda	5.66 ± 2.06	5.71 ± 2.44	0.13	6.21 ± 2.28	6.27 ± 2.39	0.22	6.03 ± 2.19	6.09 ± 2.25	0.20
Binggwa (ice cream)	7.51 ± 1.37	7.68 ± 1.52	0.70	7.36 ± 1.61	7.52 ± 1.66	0.85	7.11 ± 1.85	7.29 ± 1.88	0.70
Vegetable salad. (spinach, broccoli)	4.69 ± 1.95	4.57 ± 2.01	-0.35	5.22 ± 2.59	5.06 ± 2.55	-0.56	5.83 ± 2.16	5.94 ± 2.34	0.38
Rice cakes (sirutteok, baekseolgi)	5.34 ± 2.04	5.76 ± 2.09	1.19	6.03 ± 2.05	5.79 ± 2.11	-0.99	6.43 ± 1.92	6.21 ± 2.20	-0.81
Rice cakes (kkultteok)	5.88 ± 1.93	6.50 ± 1.78	1.94	6.42 ± 2.00	6.46 ± 1.74	0.17	6.60 ± 1.88	6.49 ± 2.12	-0.43
Tomato	5.13 ± 2.34	5.59 ± 2.37	1.15	6.05 ± 2.57*	5.26 ± 2.74	-2.59	6.35 ± 2.22	6.19 ± 2.46	-0.54
The white milk	6.38 ± 1.99	6.14 ± 1.91	-0.74	5.76 ± 2.43	6.21 ± 2.31	1.63	5.94 ± 2.26	5.99 ± 2.42	0.16
Milk (strawberry, chocolate test)	7.03 ± 1.80	6.64 ± 1.76	-1.31	7.16 ± 1.89	7.34 ± 1.73	0.86	6.82 ± 1.99	6.98 ± 2.10	0.59

1) Thousand won

2) Mean ± SD

*Significantly different between two groups at $\alpha = 0.05$ level by student's t-test

Table 5. The preference for restaurants style of children

Category	Kindergarten			Children			Adolescences		
	< 400 ¹⁾ (n = 87)	≥ 400 (n = 58)	†	< 400 (n = 154)	≥ 400 (n = 146)	†	< 400 (n = 134)	≥ 400 (n = 102)	†
Korean (galbi, bulgogi)	7.07 ± 1.49 ²⁾	7.07 ± 1.66	-0.00	7.61 ± 1.53	7.61 ± 1.46	-0.00	7.63 ± 1.66	7.72 ± 1.77	0.43
Korean (cold noodles, hanjeongsik)	5.75 ± 1.56	6.26 ± 1.51	1.94	7.20 ± 1.74	7.18 ± 1.68	-0.08	7.10 ± 1.96	7.31 ± 1.99	0.81
Japanese (sushi, sashimi)	4.76 ± 1.95	5.25 ± 2.35	1.33	6.43 ± 2.63	6.05 ± 2.94	-1.19	7.31 ± 2.17	7.24 ± 2.40	-0.25
Japanese (udon, pork cutlet)	6.70 ± 1.42	6.72 ± 1.67	0.06	7.28 ± 1.54	7.35 ± 1.69	0.38	7.28 ± 1.79	7.23 ± 1.84	-0.19
Western style (spaghetti, pasta)	6.29 ± 1.76	6.81 ± 1.43	1.83	7.29 ± 1.77	7.57 ± 1.59	1.42	7.40 ± 1.79	7.39 ± 1.77	-0.07
Family restaurants (steak, rib)	6.42 ± 1.87	6.41 ± 1.87	-0.02	7.31 ± 1.83	7.67 ± 1.65	1.75	7.52 ± 1.68	7.35 ± 1.92	-0.75
Chinese (noodles, tangsuyuk)	7.09 ± 1.42	7.23 ± 1.34	0.57	7.01 ± 1.82	7.17 ± 1.73	0.77	7.11 ± 1.90*	6.45 ± 2.23	-2.44
Fast food (hamburger)	5.87 ± 2.30	6.02 ± 2.23	0.38	6.25 ± 2.44*	6.80 ± 2.30	1.98	6.50 ± 2.18	5.96 ± 2.50	-1.76
Fusion food	5.22 ± 1.38	5.47 ± 1.68	0.99	6.01 ± 2.07	6.00 ± 2.33	-0.05	6.79 ± 1.92	6.40 ± 2.39	-1.40
Buffet restaurant	5.72 ± 1.82	6.22 ± 1.91	1.58	6.68 ± 2.02	6.72 ± 2.27	0.15	7.42 ± 1.78	7.03 ± 2.19	-1.50

1) Thousand won

2) Mean ± SD

*Significantly different between two groups at $\alpha = 0.05$ level by student's t-test

른 청소년의 모든 간식류에 대하여 두 집단은 유의한 차이가 없는 것으로 분석되었다. Jo¹⁶⁾의 중학생을 대상으로 한 연구에서 간식으로 즐겨 먹는 것으로 남학생들은 과자류 34.1%로 가장 즐겨 먹었으며, 라면 및 국수 19.8%, 빵 15.9%, 우유 10.4%, 주스 6.0%, 기타 5.5%, 떡볶이 4.4%, 과일 3.9% 순으로 나타났고, 여학생들은 과자류 36.0%, 빵 13.7%, 라면과 국수 12.2%, 떡볶이 9.6%, 과일 9.6%, 기타 7.1%, 우유 6.6%, 주스 5.1%였으며, 본 연구와는 선호하는 음식군은 비슷하나 순위에서는 차이가 나타났다.

외식시 좋아하는 음식 선호도

본 조사대상자들의 외식시 좋아하는 음식 선호도 결과는 Table 5에서 보는 바와 같이 유아기의 경우 400만원 미만에서는 중국식 (자장면, 탕수육) 7.09를 가장 선호하고, 한식류 (갈비, 불고기), 다음으로 일식류 (우동, 돈까스), 패밀리레스토랑 (스테이크, 립)과 양식류 (스파게티, 파스타) 순으로 나타났다. 400만원 이상은 중국식 (자장면, 탕수육) 7.23을 가장 선호하는 것으로 분석되었고, 다음으로 한식류 (갈비, 불고기), 양식류 (스파게티, 파스타), 일식류 (우동, 돈까스) 순으로 선호도가 나타났다. 본 연구에서 두 집단의 외식 시 좋아하는 음식형태에 대하여 부모의 경제수

준은 영향이 없는 것으로 나타났다 ($p > 0.05$). 그리고 유아기 어린이가 중국식 (자장면, 탕수육)을 선호하는 것은 설문작성을 대신한 부모의 의견이 반영된 것으로 사료된다.

학동기의 경우 400만원 미만의 경우 한식류 (갈비, 불고기) 7.61로 가장 좋아하는 것으로 분석되었고, 다음으로 패밀리레스토랑 (스테이크, 립)와 양식류 (스파게티, 파스타), 일식류 (우동, 돈까스), 한식류 (냉면, 한정식)으로 순으로 선호도가 분석되었다. 400만원 이상의 경우 패밀리레스토랑 (스테이크, 립), 한식류 (갈비, 불고기), 양식류 (스파게티, 파스타) 순으로 선호도가 분석되었다. 학동기 어린이가 부모의 경제수준에 따른 외식 시 좋아하는 음식의 선호도에서 패스트푸드 (햄버거)는 400만원 이상은 6.80로 400만원 미만보다 더 선호하는 것으로 나타났다 ($p < 0.05$).

청소년기의 400만원 미만의 경우 한식류 (갈비, 불고기) 7.63으로 가장 좋아하는 것으로 나타났으며, 다음으로 패밀리레스토랑 (스테이크, 립), 뷔페식당, 양식류 (스파게티, 파스타), 일식류 (초밥, 회), 일식류 (우동, 돈까스) 순으로 분석되었다. 400만원 이상도 한식류 (갈비, 불고기) 7.72로 가장 좋아하는 것으로 나타났으며, 양식류 (스파게티, 파스타), 패밀리레스토랑 (스테이크, 립), 다음으로 한식류 (냉면, 한정식), 일식류 (초밥, 회), 일식류 (우동, 돈까스) 순

Table 6. The preference for recipe of children

Category	Kindergarten			Children			Adolescences		
	< 400 ¹⁾ (n = 87)	≥ 400 (n = 58)	†	< 400 (n = 154)	≥ 400 (n = 146)	†	< 400 (n = 134)	≥ 400 (n = 102)	†
Fresh vegetable (salad, vegetable)	4.75 ± 1.99 ²⁾	5.02 ± 2.19	0.75	5.63 ± 2.41	5.23 ± 2.64	-1.34	6.35 ± 2.25	6.50 ± 2.27	0.50
Seasoned vegetable	5.08 ± 1.68	4.95 ± 1.68	-0.47	4.89 ± 2.39	4.65 ± 2.48	-0.86	5.39 ± 2.04	5.55 ± 2.39	0.56
Roasted (roasted meat)	6.98 ± 1.62	6.93 ± 1.45	-0.17	7.21 ± 1.65	7.54 ± 1.46	1.79	6.98 ± 1.73	7.37 ± 1.64	1.73
Roasted (roasted fish, roasted kim)	7.08 ± 1.63	7.17 ± 1.24	0.36	6.49 ± 2.05	6.67 ± 1.99	0.77	6.39 ± 2.11	6.67 ± 2.23	0.99
Panbroiled foods (anchovy, potato)	6.28 ± 1.79	6.07 ± 1.50	-0.74	6.08 ± 1.99	5.95 ± 2.11	-0.54	6.41 ± 1.77	6.35 ± 2.14	-0.25
Panbroiled foods (pork, chicken)	6.67 ± 1.32	6.41 ± 1.56	-1.06	7.03 ± 1.81	7.20 ± 1.81	0.77	7.13 ± 1.68	7.24 ± 1.92	0.47
Fried foods	6.34 ± 1.60	6.25 ± 1.95	-0.31	6.55 ± 1.97*	7.13 ± 1.90	2.53	6.72 ± 1.84	6.75 ± 2.12	0.12
Steam foods (rib, fish)	6.85 ± 1.51	6.47 ± 1.49	-1.49	6.79 ± 1.88*	7.40 ± 1.74	2.90	7.05 ± 1.86	6.95 ± 2.02	-0.40
Pot stews (kimcki, soybean-paste)	5.98 ± 1.91	5.83 ± 1.87	-0.46	6.95 ± 2.04	6.82 ± 2.22	-0.49	7.25 ± 1.71	7.13 ± 2.05	-0.47
Soups (Hot soup)	5.95 ± 2.16	5.67 ± 1.83	-0.81	5.97 ± 2.23	6.36 ± 2.20	1.49	6.62 ± 2.05	6.68 ± 2.20	0.20
Stewed foods (Fish, Vegetable)	5.53 ± 1.80	5.86 ± 1.42	1.18	5.84 ± 2.27	5.76 ± 2.10	-0.32	6.19 ± 2.05	5.91 ± 2.32	-0.97
Stewed foods (Meat)	6.67 ± 1.66	6.50 ± 1.48	-0.63	6.65 ± 2.02	6.83 ± 1.83	0.81	6.68 ± 1.97	6.72 ± 1.89	0.15
Jeon (fish-jeon, meat-jeon)	6.23 ± 1.60	5.76 ± 1.91	-1.61	5.74 ± 2.27	5.80 ± 2.13	0.20	6.16 ± 2.24	5.98 ± 2.38	-0.61
Sashimi (sashimi, yukhoe)	3.86 ± 2.09	4.47 ± 2.62	1.54	5.99 ± 2.77	5.47 ± 3.09	-1.50	6.63 ± 2.63	6.67 ± 2.77	0.10
Cooked sashimi (squid, dropwort)	4.02 ± 1.72	4.26 ± 2.28	0.70	5.01 ± 2.42	4.61 ± 2.55	-1.36	5.41 ± 2.35	5.38 ± 2.71	-0.10

1) Thousand won

2) Mean ± SD

*Significantly different between two groups at $\alpha = 0.05$ level by student's t-test

으로 분석되었다. 청소년의 외식 시 좋아하는 음식에서 중국식 (자장면, 탕수육)에 대하여 유의한 차이가 나타났으며, 400만원 미만 7.11, 400만원 이상 6.45로 나타나 400만원 미만이 더 선호하는 것으로 분석되었다 ($p < 0.05$).

조리법 선호도

본 조사대상자들의 조리법 선호도 결과는 Table 6에서 보는 바와 같이 학동기의 경우 400만원 미만은 구이류 (생선구이, 김구이) 7.08를 가장 선호하고, 다음으로 구이류 (육류구이), 찜류 (갈비, 생선)와 조림류 (장조림), 볶음류 (제육, 닭), 튀김류와 볶음류 (멸치, 감자), 전류 (생선전, 고기전) 순으로 선호도가 나타났으며, 찌개류 (김치, 된장)와 국류 (더운 국물류) 순으로 분석되었다. 400만원 이상은 구이류 (생선구이, 김구이) 7.17로 가장 좋아하는 것으로 분석되었으며, 다음으로 구이류 (육류구이) 6.93으로 좋아하였고, 조림류 (장조림), 찜류 (갈비, 생선), 볶음류 (제육, 닭), 튀김류 순으로 분석되었다. 유아기 두 그룹에서 좋아하는 조리법은 모두 재료가 육류를 이용한 요리에 대한 선호도가 높은 것을 알 수 있으며, 유아기의 조리법에 따른 선호도에서는 두 집단이 모든 항목에 대하여 유의한 차이가 나타나지 않았다 ($p > 0.05$).

학동기 400만원 미만의 경우 가장 좋아하는 조리법으로 구이류 (육류구이) 7.21과 볶음류 (제육, 닭), 찌개류 (김치, 된장) 순으로 좋아하며, 다음으로 찜류 (갈비, 생선), 조림류 (장조림) 순으로 선호도가 분석되었다. 400만원 이상의 경우 가장 좋아하는 조리법으로 구이류 (육류구이) 7.54, 찜류 (갈비, 생선)의 순으로 좋아하며, 다음으로 볶음류 (제육, 닭), 튀김류, 조림류 (장조림)와 찌개류 (김치, 된장) 순으로 분석되었다. 400만원 미만에서는 찜류 (갈비, 생선) 6.79, 튀김류 6.55, 400만원 이상은 찜류 (갈비, 생선) 7.40, 튀김류 7.13으로 400만원 이상에서 찜류 (갈비, 생선)와 튀김류에 대하여 더 선호하는 것으로 분석되었다 ($p < 0.05$).

청소년의 400만원 미만의 경우 찌개류 (김치, 된장) 7.25를 가장 좋아하며, 다음으로 볶음류 (제육, 닭), 찜류 (갈비, 생선) 순으로 나타났으며, 구이류 (육류구이), 튀김류, 조림류 (장조림), 회 (생선회, 육회), 국류 (더운 국물류), 볶음류 (멸치, 감자) 순으로 나타났다. 400만원 이상의 경우 가장 좋아하는 조리법으로 구이류 (생선구이, 김구이) 7.37과 볶음류 (제육, 닭) 그리고 찌개류 (김치, 된장) 순으로 나타났고, 다음으로 찜류 (갈비, 생선), 튀김류 그리고 조림류 (장조림), 국류 (더운 국물류), 회 (생선회, 육회) 순으로 나타났다. 400만원 미만과 400만원 이상 청소년 두 집단은 부모의 경제수준에 따라 조리법에 대한 선호도는 차이가

없는 것으로 나타났다 ($p > 0.05$).

고 찰

경제 발전에 따라 식생활이 변화하면서 자녀들의 식습관의 문제가 대두되었고 불균형적인 영양공급 등으로 인한 소아 성인병 문제가 나타나게 되었다.¹⁻³⁾ 이러한 문제 해결을 위해 경제수준에 따른 자녀의 식습관과 식품기호도를 조사하여 자녀들의 올바른 영양 섭취를 위한 조리법과 메뉴의 개발 기초 자료로 삼고자 한다. 의사 결정 능력이 없는 유아기는 부모의 주관에 따라 식습관이 정해지므로 유아기의 균형 잡힌 영양섭취를 위해서는 부모의 영양에 대한 지식과 바른 식습관에 관한 지식이 필요하다 할 수 있다. 본 연구와 선행연구^{7,8,10-12)}를 보면 유아기의 식습관은 전반적으로 거르지 않고 섭취하고 있어 문제가 되지 않은 반면, 식사의 규칙성은 규칙적이지 않은 경우가 50%정도를 나타내고 있어 부모의 식사 시간의 규칙성에 관한 지도와 교육이 필요하다. 선호음식과 기피음식에서 육류를 선호하고 야채류를 기피하는 현상은 유아의 균형 잡힌 영양공급에 문제가 될 수 있으면, 소아 성인병의 원인이 될 수 있으므로 육류의 섭취를 유아기 영양섭취량에 맞추어 조절하며, 야채류의 섭취를 증가 시킬 수 있는 조리법과 메뉴의 개발이 필요하다. 간식횟수는 1일 1~2회 정도를 유지하는 것이 바람직하며, 잦은 간식 섭취는 일반식의 섭취를 감소시키고, 부적절한 영양공급 또는 영양의 과잉공급을 초래할 수 있으므로 주의가 필요하다. 외식횟수가 잦은 것은 바람직하지 않으며, 가정에서의 식습관 교육을 저해하는 요소로 작용 할 수 있으므로 부모는 유아기의 바른 식습관 형성을 위하여 보다 많은 관심을 가질 필요가 있다.

학동기는 자아성 즉 정신적 발달이 현저하게 나타나기 시작하는 단계로 자녀 스스로 원하는 음식을 선택하고 섭취하는 현상이 늘어나는 단계이다.¹⁸⁾ 본 연구와 Kang⁹⁾의 선행연구를 보면 학동기의 식습관은 50%정도가 식사를 거르는 것으로 나타나, 영양섭취에 문제가 될 수 있으므로 부모는 학동기 자녀의 식사를 거르지 않게 식사시간의 조절에 노력을 기울여야 할 것으로 사료된다. 학동기의 50% 이상이 편식을 하는 것으로 나타났는데 편식으로 인한 영양 불균형을 초래할 수 있으므로 편식에 대한 식습관 지도가 필요하며, 편식이 원인이 되는 음식의 조리법을 개선하여 편식을 줄일 수 있도록 메뉴의 개발이 필요하다. 선호음식과 기피음식에서 육류를 선호하고 야채류를 기피하는 현상은 학동기의 균형 잡힌 영양 공급에 문제가 될 수 있고 소아 성인병의 원인이 될 수 있으므로 육류의 섭취를

학동기 영양섭취량에 맞추어 조절하며, 야채류의 섭취를 증가 시킬 수 있는 조리법과 메뉴의 개발이 필요하다. 간식횟수는 1일 1~2회 정도를 유지하는 것이 바람직하며, 잦은 간식 섭취는 일반식의 섭취를 감소시키고, 부적절한 영양공급 또는 영양의 과잉공급을 초래할 수 있으므로 주의가 필요하다. 외식횟수가 잦은 것은 바람직하지 않으며, 가정에서의 식습관 교육을 저해하는 요소로 작용할 수 있으므로 부모는 학동기의 바른 식습관 형성을 위하여 보다 많은 관심과 교육을 하여야 한다.

청소년기는 신체적 변화가 급격하게 일어나며 심리적으로 사춘기라는 특수한 감정의 성숙으로 인해 감정의 변화가 심하고 식습관이 형성 및 고정되어 가는 시기이며 일생을 통해 가장 많은 영양을 필요로 하는 동시에 영양 섭취의 불균형에 처하기 쉬우므로 영양적 균형과 식품에 대한 올바른 식생활 형성의 필요성이 다른 시기보다 중요한 시기이다.¹⁹⁾ 본 연구와 선행연구^{15,16)}를 보면 청소년기의 식습관과 식사의 규칙성은 50% 이상이 식사를 거르며, 불규칙적인 식사를 하는 것으로 나타나 영양섭취에 문제가 될 수 있으므로 부모는 청소년기 자녀의 식사를 거르지 않게 식사시간의 조절에 노력을 기울여야 할 것으로 사료되며, 학업 등의 바쁜 생활에 맞게 간편하게 식사를 할 수 있는 메뉴의 개발도 필요하다. 선호음식과 기피음식에서 육류를 선호하고 야채류를 기피하는 현상은 청소년의 영양공급의 불균형을 초래할 수 있으며, 성인병의 원인이 될 수 있으므로 육류의 섭취를 청소년기 영양섭취량에 맞추어 조절하며, 야채류의 섭취를 증가 시킬 수 있는 조리법과 메뉴의 개발이 필요하다. 간식횟수는 1일 1~2회 정도를 유지하는 것이 바람직하며, 잦은 간식 섭취는 일반식의 섭취를 감소시키고, 부적절한 영양공급 또는 영양의 과잉공급을 초래할 수 있으므로 주의가 필요하다. 외식횟수가 잦은 것은 바람직하지 않으며, 가정에서의 식습관 교육을 저해하는 요소로 작용할 수 있으므로 부모는 청소년기의 바른 식습관 형성을 위하여 보다 많은 관심과 교육을 하여야 한다.

또한 전반적으로 모든 연령층의 자녀에게서 간식류 중 인스턴트 식품의 섭취를 줄이고, 건강에 이로운 음식의 섭취를 증가시키기 위한 조리법과 메뉴를 개발할 필요가 있다.

요 약

본 연구는 유아기, 학동기, 청소년기 자녀를 대상으로 부모의 경제수준에 따라 식습관과 식품기호도를 조사·비교함으로써 부모의 경제수준에 따른 자녀의 식생활 경향을 알아보고, 자녀의 균형적인 영양 공급을 위한 조리법 개발을

위한 기초 자료로 삼고자하며, 그 결과를 요약하면 다음과 같다.

1) 조사대상자 중 학동기 두 집단 모두 과체중 대상이며, 유아기와 청소년기 두 집단은 정상 수준이었다.

2) 아버지와 어머니의 학력은 대졸이 가장 많았으며, 모든 집단 간 유의한 차이가 있었다. 모든 연령 집단에서 아버지의 직업은 사무직이 가장 높게 나타났으며, 유아기의 경우 400만원 미만 (전문직)을 제외한 어머니 직업은 주부가 가장 높게 조사되었다.

3) 학동기는 400만원 미만 (끼니거름)을 제외한 조사대상자의 식습관 차이는 없었으며, 선호하는 음식류에서 모든 연령층이 육류를 좋아하였으며, 야채를 가장 싫어하는 것으로 조사되었다. 모든 연령 집단에서 외식횟수는 1~2회가 가장 많았고, 다음은 3~4회로 나타났다.

4) 간식 선호도에서는 빙과류와 과일 및 주스, 과자류를 연령에 상관없이 전반적으로 좋아하며, 학동기 400만원 이상은 우유 (딸기맛, 초코맛), 햄버거, 피자에 대하여 높은 선호도를 나타냈다.

5) 외식 시 가장 좋아하는 음식류는 유아기의 경우 중국식 (자장면, 탕수육), 학동기 400만원 미만 집단은 한식류 (갈비, 불고기), 400만원 이상 집단은 패밀리레스토랑 (스테이크, 립), 청소년은 모두 한식류 (갈비, 불고기)를 가장 선호하였다.

6) 조리법은 유아기의 경우 구이류 (생선, 김), 학동기는 구이류 (육류), 청소년 400만원 미만은 찌개류 (김치, 된장), 400만원 이상은 구이류 (육류)를 가장 선호하였고, 학동기 집단에서 400만원 이상이 튀김류와 찜류 (갈비, 생선)을 400만원 미만 보다 더 좋아하는 것으로 나타났다.

결론적으로 부모의 경제수준에 따른 식품기호도는 선호도의 미소한 차이만 있을 뿐 큰 차이가 나타나지 않았다. 간식류 중 선호도가 높은 과일을 간식으로 자주 섭취하는 것은 바람직하며, 빙과류와 과자류의 섭취 횟수를 줄이기 위해 부모는 관심을 가지고 같이 참여하여야 한다. 또한 좋아하는 음식류에서 육류에 편중되는 것은 아동의 비만과 어린이 성인병을 유발시킬 수 있으므로, 싫어하는 음식에서 가장 높은 선호도를 보이는 야채류와 서류 (감자, 고구마 등)의 섭취를 증가 시킬 수 있는 조리법의 개발이 필요하다. 외식 시 선호하는 음식을 선택 할 때에는 패스트푸드보다는 한식이나 건강을 위한 음식을 선택하도록 부모의 교육과 지도가 필요하며, 야채와 해조·어패류를 혼합한 음식을 개발하여 제공하는 것도 좋을 것으로 사료된다. 또한 부모의 사회·경제수준을 중심으로 자녀의 식습관과 식품기호도에 대한 연구는 미흡한 실정이므로 부모의 사회·

경제수준을 보다 구체적으로 조사한다면, 부모의 경제수준에 맞는 자녀를 위한 식습관과 영양교육을 할 수 있을 것으로 사료된다.

본 연구는 도시지역을 중심으로 조사한 결과를 바탕으로 이루어졌기에 비도시지역의 자녀의 식습관과 식품기호도를 반영하지 못하고 있다. 그러므로 앞으로는 도시지역과 비도시지역을 비교하는 조사 연구가 필요하며, 이러한 조사결과를 바탕으로 자녀의 식습관에 대한 교육을 위한 교재, 교구의 개발과 영양, 식습관 교육프로그램의 개발을 통해 가정과 학교에서 부모와 교사가 자녀의 식생활 지도 관리를 돕고 가정과 교육기관이 연계한 교육 프로그램이 활성화 될 수 있도록 지속적인 관심을 기울여 나가야 할 것이며, 이에 따른 후속 연구들이 계속적으로 이루어져야 할 것이다.

Literature cited

- 1) Jung IK. A Study on the Perception of Mothers on Nutrition and Eating Habit Education of Elementary School Children. *Korean J of Education Problem* 2004; 20: 27-43
- 2) Chung HI. Research on Mothers' Actual Management Status of Eating Habits of Children and Understanding and Needs of Children Nutrition Education. Dept. of Early Children Education, The Graduate School of Education. Sungshin Women's University; 2006
- 3) Song GW. Polarized Nutritional Problems in Community: Feast and Famine. *Korean J Community Nutrition* 1996; 1 (2) : 270-276
- 4) Kim HK. A Study on the Relationship between Diet and Behavior of Preschool and School Children. *J of Human Ecology, Ulsan University* 2003; 4 (2) : 71-84
- 5) The Ministry of Health and Welfare; 2007
- 6) Hong HA, Kim JY, Lee JS. Survey on Korean Food Preference of College Students in Seoul-Focused on Side Dishes: *Korean J Nutr* 2006; 39 (7) : 707-713
- 7) Kim BH. A Survey of Nutritional Status and Effect of Environmental Factor of Preschool Children. *J of the Korean Home Economics Association* 1988;26 (1) : 73-82
- 8) Choi HM, Kim JH, Lee JH, Kim CI, Song KH, Jang KJ, Min, HS. 21C Nutrition, Kyomunsa; 2006
- 9) Kang MH. Analysis of Dietary Habit and Food Preference of Primary School Students. The Graduate School of Education at the University of Suwon, Nutrition Education; 2007
- 10) Yoo YY. A study on food habits and nutritional status and social development in Korean preschool children. Dept. of Food and Nutrition Graduate School; 2005
- 11) Ji SM. Research of Children's Health Status on the Housewife's Employment Status. Dept. of Early Education Graduate School, Chung-Ang University; 2006
- 12) Yang HK. A Study on Preschool-Children Obesity According to Mothers' Occupational Status. -Focus on Physical Fitness, Life Style and Eating Habits-, Dept. of Obesity Management; 2005
- 13) Jung YS. Kindergarten of Gyungju Region. Dept. of Education in Home Economics Graduate School of Education, Keimyung University; 2002
- 14) Park SY, Paik HY, Moon HK. A Study on the Food Habit and Dietary Intake of Preschool Children. *Korean J Nutr* 1999; 32 (4) : 419-429
- 15) Cho KS. Dietary Habits of Middle School Students in YeonMu Eup. Dept. of Education in Nutrition, Graduate School of Education, Hannam University; 2007
- 16) Jo SJ. A Study on the Food Habits and Preference of Middle School Students in Seoul Gangbuk and Yangpyeong. Dept. of Home Economics, Graduate School of Education, Kyunghee University; 2005
- 17) Lee GH. A Study Children's Eating and Food Preference by Their Physical Traits. *The J of Child Education* 2006; 15 (4) : 213-229
- 18) Hawng KH. A Study on the Obesity-related Factors and Nutrition Intake Conditions for Elementary School Children. Dept. of Home Economics, Education, Graduate School of Education, Keimyung University; 2006
- 19) Jean SY. Nutrition Education. Jigumunhawsa; 1999